

这是馬在莊博士提供的淮南市人民医院发出的  
**「冠状病毒预防」**  
供各位會員参考



背景

- ① 2019年12月以来，湖北省武汉市发现多起病毒性肺炎病例，经相关病毒分型检测，2020年1月7日，实验室检出一一种新型冠状病毒。
- ② 1月10日完成了病原核酸检测，1月12日，世界卫生组织正式将造成武汉肺炎疫情的新型冠状病毒命名为“2019新型冠状病毒”，即“2019-nCoV”。
- ③ 截至1月17日24时，武汉市市累计报告新型冠状病毒感染的肺炎病例62例，已治愈出院19例，在治重症8例，死亡2例。

背景

- ① 2019年12月以来，湖北省武汉市发现多起病毒性肺炎病例，经相关病毒分型检测，2020年1月7日，实验室检出一一种新型冠状病毒。
- ② 1月10日完成了病原核酸检测，1月12日，世界卫生组织正式将造成武汉肺炎疫情的新型冠状病毒命名为“2019新型冠状病毒”，即“2019-nCoV”。
- ③ 截至1月17日24时，武汉市市累计报告新型冠状病毒感染的肺炎病例62例，已治愈出院19例，在治重症8例，死亡2例。

淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
淮安医科大学附属淮安医院

# 目录

Catalog

- nCoV是什么
- 危害几何
- 传播途径
- 预防方法

淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
淮安医科大学附属淮安医院

## 01. | nCoV是什么

淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
淮安医科大学附属淮安医院

### nCoV是什么

冠状病毒 (Coronavirus, 简称CoVs) 是具外套膜的正链单股RNA病毒。

在2002年冬到2003年春肆虐全球的严重急性呼吸综合征 (Severe Acute Respiratory Syndrome, SARS, 传染性非典型肺炎) 就是冠状病毒科冠状病毒属中的一种。



nCoV于2012年9月确认是一种新型冠状病毒与SARS病毒同属一个“家族”。

淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
淮安医科大学附属淮安医院

## 02. | 有何危害

淮安市第二人民医院  
Huai'an City Second People's Hospital  
Affiliated to Huai'an University of Medicine

有何危害

现有资料显示

发病到入院的中位时间是**9天**。  
部分病例疾病进展较快，发病到出现呼吸困难仅**7天**左右。  
患者年龄集中在**40-60岁**，暂未发现儿童患者。  
危重症约占**15%**。多为老年人、有基础病者及肥胖者。

淮安市第二人民医院  
Huai'an City Second People's Hospital  
Affiliated to Huai'an University of Medicine

03. | 传播途径

淮安市第二人民医院  
Huai'an City Second People's Hospital  
Affiliated to Huai'an University of Medicine

传播途径

- ①目前收治病例多数有武汉市华南**海鲜市场暴露史**，部分病例为**家庭聚集性发病**。
- ②**飞沫传播**
- ③**接触传播**
- ④已被证实有**人传人的可能**。

淮安市第二人民医院  
Huai'an City Second People's Hospital  
Affiliated to Huai'an University of Medicine

04. | 预防方法


 镇安第二人民医院  
 Zhen'an Hospital  
 镇安医科大学附属医院

## 预防方法

### WHO 2019 新型冠状病毒指南指出 应当实施正确的感染预防与控制措施

患者分类与识别	疑似患者应佩戴医用口罩；患者应被分配至不同的区域最好单间。疑似患者和其他患者的床间距至少1米。要求所有患者在咳嗽或打喷嚏时用纸巾或弯曲的手肘捂住口鼻，接触后呼吸适宜分泌物后进行手卫生。
飞沫预防	飞沫预防主要防止大的飞沫颗粒传播呼吸道病毒。如果和患者在1-2米内接触，要佩戴口罩。将患者置于单间，或者将同种病原学感染的患者放在一个房间。如果没有物理屏障，就将所有疑似感染的患者，按流行病学的危险因素放在一起，但也要注意有空间间隔。当必须近距离接触呼吸道症状（比如咳嗽和打喷嚏）的患者时，采用物理屏障（用帘幕或者纱帘），因为分泌物有喷射的风险。应限制患者在医疗机构内的活动，保证患者在其房间外时佩戴口罩。
接触预防	飞沫和接触预防是为了防止直接传播（比如接触了污染的设备表面，如氧气罩）的传播。病人应好好使用PPE（戴手套、护目镜、防护服等）；离开房间时脱下，尽量每一次完成或老人专用的器械（比如血压计、体温计等），如果必须共用，使用前必须进行清洁和消毒。确保患者人员不会用可能污染的手套或防护服接触自己的脸、鼻、口。避免与疑似患者直接接触相关的环境表面（比如门把手、灯开关等），保证房间充分通风，避免患者聚集，行手卫生。
空气传播预防（在呼吸道时）	保证患者人员在产生气溶胶的医疗操作（比如插管、气管镜、心肺复苏）时使用PPE，包括手套、面部防护罩、护目镜及防护服（穿防护服者必须佩戴防护口罩）。最好选择在负压通风房间进行操作，建设每小时至少12次换气量的负压病房，或至少达到10次/小时/人的换气量的自然通风病房内。避免不必要的人员在室。机械通风开始后应保持相同的条件。


 镇安第二人民医院  
 Zhen'an Hospital  
 镇安医科大学附属医院

## 预防方法

### 三大要点

宅      净      护

少出门

勤洗手

戴口罩


 镇安第二人民医院  
 Zhen'an Hospital  
 镇安医科大学附属医院

## 预防方法

### ① 少出门，重点人群重点防护

老人、儿童、孕妇做重点防护。  
 这三类人群抵抗力相对较差，比起一般成年人，更加病不起。


 镇安第二人民医院  
 Zhen'an Hospital  
 镇安医科大学附属医院

## 预防方法

### ② 我们每天接触各种病原体最多的部位，就是手。推荐的方法：使用肥皂和流动的水洗手，每次搓手不少于 20 秒。

七步洗手法

1、双手掌心对掌心，手指并拢相互揉搓



淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
徐州医科大学附属医院  
Xuzhou Medical University Affiliated Huai'an Hospital

七步洗手法

2、掌心对手背手指交错相互揉搓，然后两手交替



淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
徐州医科大学附属医院  
Xuzhou Medical University Affiliated Huai'an Hospital

七步洗手法

3、双手掌心对掌心，手指交叉，相互揉搓



淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
徐州医科大学附属医院  
Xuzhou Medical University Affiliated Huai'an Hospital

七步洗手法

4、双手互握，揉搓指背，然后两手交替



淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
徐州医科大学附属医院  
Xuzhou Medical University Affiliated Huai'an Hospital

淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
淮安医科大学附属医院

七步洗手法

5、拇指在另一手掌中转动揉搓，  
然后两手交替



五洲医药

淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
淮安医科大学附属医院

七步洗手法

6、指尖并拢在另一手掌中搓擦，  
然后两手交替



五洲医药

淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
淮安医科大学附属医院

七步洗手法

7、双手交替清洗手腕。



五洲医药

淮安市第二人民医院  
Huai'an Second People's Hospital  
淮安医科大学附属医院

预防方法

③ 准备一个能阻挡飞沫的口罩很重要。  
推荐使用一次性口罩（如：医用外科口罩）。



预防方法

④ 宁可过于全面，不能预防得不够  
咳嗽或者打喷嚏时，光是捂住口鼻还不够，要马上去洗手。  
肉蛋彻底煮熟了再吃。  
避免与呼吸道感染患者密切接触。  
避免近距离接触野生动物，不捕食野味，少吃海鲜。  
不要随地吐痰。  
出门建议随身携带免洗手液或有消毒功能的湿巾/喷雾。

谢 谢